



# **Das Gruppentherapie-Programm KEEP ON MOVING für adipöse Kinder und Jugendliche sowie ihre Eltern in Aarau**

## **Dokumentation der Durchführung des Peer Counseling-Ansatzes im Programmjahr 2012**

Andrea Zumbrunn, Monika Amann  
Fachhochschule Nordwestschweiz  
Hochschule für Soziale Arbeit  
Institut Soziale Arbeit und Gesundheit  
Riggenbachstrasse 16  
4600 Olten

Olten, 31. Mai 2013



## Inhaltsverzeichnis

1. Einleitung.....	3
2. Peer Counseling - ein sozialpädagogischer Ansatz.....	3
3. Ziele des Peer Counselings .....	5
4. Durchführung des Peer Counselings .....	6
5. Modifikationen im Programmverlauf und Umsetzungsschwierigkeiten .....	7
6. Detaillierte Beschreibung des Aufnahmeprozesses, der Begleitung der Peer Tandems und der Treffen.....	12



## 1. Einleitung

Das vorliegende Dokument beschreibt die Ausgestaltung des Peer Counseling-Ansatzes im multidisziplinären Gruppentherapie-Programm für adipöse Kinder und Jugendliche (11 – 16 Jahre) und ihre Eltern KEEP ON MOVING. Im Sinne eines Manuals werden der theoretische Hintergrund des Ansatzes, die Projektziele, die Ausgestaltung, die über die Zeit vorgenommenen Anpassungen und Schwierigkeiten bei der Umsetzung sowie die Inhalte der einzelnen Lektionen und Betreuungsarbeiten dargestellt. Der Bericht ist zuhanden der Förderstiftung Technopark® Aargau erstellt, welche das Projekt finanziell unterstützt. Es handelt sich um den Meilenstein 1 des Projektantrages. Ende August 2013 wird der wissenschaftliche Evaluationsberichts des Peer Counselings vorliegen (Meilenstein 2), welcher den Nutzen und die Erreichung der Projektziele ausführlich dokumentiert.

Oftmals verhindern fehlende Projektdokumentationen die Wiederholung und Multiplikation von erfolgreichen Projektausgestaltungen. Wir hoffen, dass wir mit diesem Manual interessierte Programme in der Ausgestaltung ihres Peer-Ansatzes unterstützen können. An dieser Stelle möchten wir daher ausdrücklich der Förderstiftung Technopark® Aargau für ihre finanzielle Unterstützung danken. Weitere Informationen zum Programm KEEP ON MOVING (Module Ernährung, Bewegung, Psychologie; Programmagenda; wissenschaftliche Begleitung etc.) finden sich auf [www.keeponmoving.ch](http://www.keeponmoving.ch).

## 2. Peer Counseling - ein sozialpädagogischer Ansatz

KEEP ON MOVING ist das einzige der über 20 multiprofessionellen Gruppentherapie-Programme für adipöse Kinder und Jugendliche und ihre Eltern in der Schweiz, welches Peer Counseling durchführt. Eine Übersicht der laufenden Gruppentherapie-Programme findet sich auf [www.akj.ch](http://www.akj.ch).

Peer-Ansätze, bei denen Gleichaltrige mit und für Gleichaltrige aktiv werden, sind seit geraumer Zeit vor allem in den USA verbreitet und werden dort als eine Form der Prävention (z.B. von ungewollten Schwangerschaften oder Gewalt), aber auch für Beratung und Hilfe bei Alkohol- und Drogenproblemen eingesetzt. In Europa dagegen waren sie noch bis vor wenigen Jahren – ausser in Grossbritannien – relativ unbekannt. Aus den Ergebnissen von Evaluationsstudien zum Peer Counseling lässt sich zusammenfassen, dass der Einsatz von Peer Coaches vor allem im persönlichkeitsstärkenden Bereich deutliche Effekte erbringt. So zeigten sich durch ressourcenorientiertes Peer Counseling deutliche Effekte auf die psychosoziale Kompetenzsteigerung der Jugendlichen (z.B. Problembewältigung, Konfliktfähigkeit, Resistenz gegen Gruppendruck) (Dobler-Mikola/Massenbach/Müller 1998). Auch in der Aids- und Suizidprävention hat der Peer-Ansatz Fuss gefasst.

Eine Unterscheidung zwischen den verschiedenen Peer-Ansätzen erfolgt je nach Form und Anzahl der beteiligten Interaktionspartnerinnen und –partner.

<b>Peer Involvement–Ansätze</b> Prävention durch Laien-Multiplikatorinnen und –multiplikatoren, die ihrer Zielgruppe angehören		
<b>PEER COUNSELING</b>  <i>Einzelne</i> Multiplikatorinnen und Multiplikatoren arbeiten mit <i>einzelnen</i> Adressatinnen und Adressaten	<b>PEER EDUCATION</b>  <i>Einzelne</i> Multiplikatorinnen und Multiplikatoren arbeiten mit <i>Gruppen von</i> Adressatinnen und Adressaten	<b>PEER PROJEKTE</b>  <i>Gruppen</i> von Multiplikatorinnen und Multiplikatoren arbeiten für <i>Gruppen von</i> Adressatinnen und Adressaten

Systematik von Peer Involvement-Ansätzen (aus Backes/Schönbach et al. 2001, S.7)



Der erfolgreiche Einsatz von Peer-Involvement-Ansätzen lässt sich aus entwicklungspsychologischer und lerntheoretischer Sicht, aus Sicht der Theorie der sozialen Impfung und des Beziehungsnetzwerkes erklären und begründen:

Im Rahmen einer *entwicklungspsychologisch* fundierten Argumentation wird die Bedeutung von Gleichaltrigen für die Bewältigung von Entwicklungsaufgaben betont. Gleichaltrige tragen, indem sie ganz beiläufig Orientierung vermitteln, zur Identitätsbildung von Jugendlichen bei und bieten Identifikationsmöglichkeiten. Zudem sind sie soziale Gebilde, die der Erprobung neuer Möglichkeiten im Sozialverhalten dienen (Oerter & Dreher, 1995). In Peer-Beziehungen werden untereinander gleiche Sprachcodes verwendet. Dadurch ist ein direkterer Umgang miteinander möglich als zwischen Jugendlichen und Erwachsenen. Während gemeinsamer Handlungen findet implizites Lernen statt, das besonders zum Erwerb von kreativen Problemlösungsstrategien und konstruktivem Sozialverhalten beiträgt.

Die Wirksamkeit von Peer-Ansätzen wird zudem gestützt durch die *sozial kognitive Lerntheorie und das Imitationslernen* (Bandura, 1977). Menschliches Handeln wird überwiegend durch Modelle vermittelt. Modellpersonen sind dabei nicht nur Eltern und andere Erwachsene, sondern auch Geschwister, Freundinnen, Freunde und Gleichaltrige. Beim Lernen von Modellpersonen werden nicht nur Verhaltensweisen und Fertigkeiten, sondern ebenso Beurteilungen von Situationen und die Anwendung des entsprechenden Verhaltens erlernt. Dabei ist gemäss Bandura (1976, zit. nach Nörber 2003) bedeutsam, dass

- das wahrgenommene Verhalten des Modells verstärkende Konsequenzen bringt;
- das Modell als positiv, beliebt und respektiert wahrgenommen wird;
- dass eine Ähnlichkeit zwischen dem Modell und dem Beobachter oder der Beobachterin besteht;
- die Beobachterin oder der Beobachter Aufmerksamkeit auf das Modell lenkt;
- das Verhalten des Modells gut sichtbar und salient ist und es als klares Bild wahrgenommen werden kann;
- es für die Beobachterin oder den Beobachter im Rahmen des Möglichen ist, das Verhalten zu imitieren (vgl. Bandura, 1976, zit. nach Nörber 2003).

Die *Theorie der sozialen Impfung*, welche ebenfalls eine Grundlage der Peer-Ansätze bildet (vgl. Maibaum, zitiert nach Pforr/Kleiber 1998:7) beruht auf der Annahme, dass die Widerstandsfähigkeit gestärkt wird, indem man eine Immunisierung gegenüber negativen Einflüssen erreicht. Dies wird durch Konfrontation mit Stress in geringen Dosen ermöglicht. Übertragen auf Peer-Involvement bedeutet dies, dass innerhalb der Peergroup Jugendliche die Gelegenheit haben, mit schwierigen Situationen konfrontiert zu werden. Angesichts dessen können sie Handlungsalternativen austesten und so in späteren Situationen sicher reagieren (Nörber, 2003).

Nicht zuletzt zielen Peer-Involvement-Ansätze auf die Vergrösserung des *Beziehungsnetzwerkes*, welches eine entscheidende Ressource für die Bewältigung alltäglicher Belastungen, Anforderungen und Herausforderungen darstellt (vgl. Nörber 2003). Die Ablösung von den Eltern und die starke Orientierung an der Peergroup bilden ein dynamisches Gefüge, in dem Konflikte mit den Erziehungsberechtigten vorprogrammiert sind. Beide Sozialisationsinstanzen haben komplementäre Funktionen: Die Eltern haben den grössten Einfluss im Bereich der einstellungsmässigen Norm- und Werteorientierung. Gleichaltrigen-Gruppen sind vielmehr als unmittelbare Verhaltensvorbilder im Freizeit- und Unterhaltungsbereich wirksam (Biddle et al. 1980). Jugendliche können sich gegenseitig sowohl positiv als auch negativ beeinflussen.



Zusammenfassend kann festgehalten werden, dass der Einbezug von Gleichaltrigen eine sinnvolle Ergänzung des multidisziplinären Gruppenprogramms darstellt, welches den Jugendlichen die Möglichkeit bietet, sich als **Expertinnen und Experten für ihre eigene Lebenswelt zu bestätigen und weiter zu entwickeln**.

### 3. Ziele des Peer Counselings

Im Rahmen des KEEP ON MOVING-Projekts wird der Peer Counseling Ansatz verfolgt. Die Peer Coaches, welche die Teilnehmenden des Programms begleiten, sind (fast) Gleichaltrige. In der Regel sind es Teilnehmende des Programms KEEP ON MOVING, welche die erste Intensivphase oder das ganze Programm erfolgreich bestritten haben oder ehemalige Teilnehmende von anderen nationalen Programmen. Sie begleiten jeweils einen oder eine Programmteilnehmende in gemeinsam definierten zeitlichen Abständen und auf verschiedenen Kommunikationswegen. Die Zuteilung der Peer-Tandems erfolgt nach Selektionskriterien (Alter, Geschlecht, Wohnort). Zudem berichten Peer Coaches im Rahmen von Lektionen im Programm von ihren Erfahrungen.

Im Rahmen einer Adipositas therapie bei Kindern und Jugendlichen ist davon auszugehen, dass sich die Begleitung durch eine – vom selben Problem betroffene – (fast) gleichaltrige Person positiv auf die Motivation zur (Aufrechterhaltung der) Verhaltensänderung niederschlägt bzw. durch das Verständnis der Situation des anderen Nähe und Vertrauen entstehen. Damit werden gegenseitige Hilfestellung und Unterstützung bei der Bewältigung von Problemen sowie Modelllernen bei gewichtsrelevanten Verhaltensweisen möglich.

Im Folgenden sind die **Ziele des Peer Counselings** ausgeführt:

- **Aufbau einer möglichst tragfähigen Beziehung im Peer-Tandem**

Die Peer-Tandems werden von der Projektleitung während der gesamten Programmdauer begleitet und bei allfälligen Problemen gecoacht. Die Fachfrau fördert den Aufbau einer Kultur des gegenseitigen Respekts und der Unterstützung im Peer-Tandem. Durch die Begegnung in Schullehrereinheiten sowie bei persönlichen Treffen, soll Raum für den gegenseitigen Austausch geschaffen werden. Die Verbindlichkeit der Jugendlichen untereinander wird durch verschiedene Massnahmen gestärkt (Vereinbarung, regelmässiges Nachfragen etc.).

- **Aufzeigen und Aneignen von alternativen Handlungsmöglichkeiten**

Peer Coaches haben meist selbst schon Krisen und Rückschläge bewältigt und wissen, wovon die Peers sprechen. Daher können sie sich gut in sie einfühlen. Aufbauend auf diesen Erfahrungen versuchen die Peer Coaches in Gesprächen, den Peers den Umgang mit ihren eigenen Problemen zu erleichtern. Aufgrund ihrer eigenen, erfolgreichen Verhaltensveränderungen stehen sie als mögliche Identifikationsfiguren zur Verfügung. Die Peers lernen alternative Handlungsmöglichkeiten kennen. Das gelernte Programmwissen kann im Peer-Tandem weitergegeben und vertieft werden. Der Coach kann den Peer bei der Formulierung von realistischen Veränderungszielen unterstützen. Durch das ähnliche Alter der Peers und Coaches besteht eine geringere Hemmschwelle als zu erwachsenen Fachleuten, was einen unkomplizierteren Zugang ermöglicht. Jugendliche fühlen sich untereinander oft besser verstanden, weil Nähe und Ähnlichkeit zwischen Beratenden und Hilfesuchenden eine Vertrauensbasis schafft.

Dabei ist bedeutsam, dass die Peer Coaches nicht in die Rolle von Hilfslehrern oder -lehrerinnen schlüpfen, sondern in ihrer Position als "Gleiche" gegenüber den Teilnehmenden (Peers) bleiben



müssen. Würde eine zu grosse Kluft zwischen den Peer Coaches und den Peers entstehen, könnte der Effekt der Wissens- und Kompetenzvermittlung durch Gleichaltrige ausser Kraft gesetzt werden.

- **Stärkung der Selbstwirksamkeit und Motivation zur Verhaltensänderung**

Peer Coaches unterstützen die Peers darin, ihre zur Verfügung stehenden Ressourcen zu erkennen, wahrzunehmen und sie besser zu nutzen. Hilfe zur Selbsthilfe ist das oberste Ziel. Die Peers sollen darin bestärkt werden, den eigenen Lösungsweg selbst zu finden. Peer Coaches sollen im Rahmen ihrer Möglichkeiten Rückhalt und emotionale Unterstützung leisten und die Peers in den verschiedenen Phasen der Verhaltensänderung zum Durchhalten motivieren.

- **Stärkung des Zugehörigkeitsgefühls und der Erprobung eines konstruktiven Sozialverhaltens**

Peer Counseling fördert den Aufbau eines Zugehörigkeitsgefühls zu einer Gruppe, in der sich der Einzelne als adipöses Kind oder Jugendlicher akzeptiert und verstanden erfährt. Da Peers und Peer Coaches untereinander soziale Verhaltensweisen erproben, sind sie auch ein Übungsfeld, in welchem es möglich ist, eigene Grenzen auszutesten und den Umgang mit anderen zu lernen. Durch hohes Risikoverhalten, negative Verhaltensweisen, falsche Tipps, Machtansprüche etc. kann der Einfluss auch negative Folgen haben. Hierauf muss bei der Ausgestaltung des Peer Counselings geachtet werden.

#### 4. Durchführung des Peer Counselings

Zwischen den Peer Coaches und den Peers werden schriftliche Vereinbarungen getroffen und Ziele definiert. Während der ganzen Intensivphase steht den Peer-Tandems eine Ansprechperson aus dem Schulungsteam beratend zur Seite. Peer Coaches werden in der Intensivphase vor allem in den Schulungseinheiten Bewegung, Ernährung und Psychologie eingesetzt (siehe Abschnitt 6). Methodisch vermitteln sie darin ihre eigenen Erfahrungen durch Gespräche, Diskussionen, Gruppen- und Rollenspiele sowie praktische Übungen an die Zielgruppe. In zwei speziellen Peer Coaching Ausbildungseinheiten werden sie auf diese Einsätze vorbereitet. Peer Coaches und Peers erhalten ausserdem eine zweistündige Schulung mit folgenden Inhalten:

- Gesprächsfähigkeiten vermitteln (Aktives Zuhören, Senden von Ich-Botschaften, Formulieren von offenen Fragen, sich zurücknehmen, nicht zu schnell Lösungen anbieten, Umgang mit Schweigen etc.)
- Kleine Ressourcenanalyse (zur Verfügung stehenden Ressourcen erkennen, wahrnehmen und nutzen)
- Punktuell werden folgende Themen aufgegriffen: Umgang mit Gefühlen, Konflikten, schwierigen Situationen, Hänseleien, Kritik und Lob, etc.

Freiwilligkeit ist eine Grundvoraussetzung im Peer Counseling. Um im Programm mitzumachen, müssen Peer Coaches – neben ihrem Interesse und ihrer Akzeptanz und Motivation für das Programm – bestimmte Anforderungen erfüllen. Vorausgesetzt wird, dass sie ihr Ess- und Bewegungsverhalten verbessert und den BMI stabilisiert oder gesenkt haben, Vereinbarungen einhalten können, möglichst authentisch, tolerant und kommunikationsfähig sind, sich zur Verschwiegenheit verpflichten können und die Bereitschaft zur Selbstreflexion und dem Ausfüllen der Fragebögen mitbringen. Schliesslich sollen sie den Austausch mit ihren Peers auf gleicher Augenhöhe suchen.

In Gesprächen wird versucht, diese Anforderungen bei interessierten Jugendlichen abzuklären. Selbstverständlich stellen diese Anforderungen ein Ideal dar und können nicht umfassend erfüllt, geschweige denn detailliert abgeklärt werden.

Die Peer Coaches erhalten für ihre Teilnahme im Programm ein Zertifikat und für die Kommunikation mit dem Peer finanzielle Mittel (aktuell CHF 150.- plus CHF 50.- Spesen).

## 5. Modifikationen im Programmverlauf und Umsetzungsschwierigkeiten

Peer Counseling wurde beim Programmstart des KEEP ON MOVING Projekts im Jahr 2009 zum ersten Mal durchgeführt. Nach der ersten Durchführung zeigte sich in den mündlich und schriftlich eingehenderten Rückmeldungen der Jugendlichen verschiedentlich Optimierungsbedarf. Anhand dieser Rückmeldungen und der Einschätzungen des Behandlungsteams wurden Veränderungen an der Ausgestaltung des Peer Counselings vorgenommen. Ein ähnliches Vorgehen wurde nach dem vollendeten Programmjahr 2010 und 2011 durchgeführt: Jeweils nach 9 und 12 Monaten wurden die Jugendlichen zum Peer Counseling befragt (Inhalte des Austausches, Häufigkeit, Zufriedenheit, Verbesserungsmöglichkeiten). Darauf aufbauend wurden im Sinne einer formativen Evaluation Anpassungen vorgenommen. Die Ausgestaltung des Peer Counselings im jeweiligen Programmjahr, die Umsetzungsschwierigkeiten sowie die vorgenommenen Modifikationen sind in Tabelle 1 festgehalten. Zusammenfassend zeigten sich über die Jahre folgende Herausforderungen:

- **Komplexes Auswahlverfahren der Peer-Tandems**

Gestützt auf theoretische Überlegungen sollen Peer Coaches Erfahrungen und Erfolge bei der Umstellung von Ernährungs- und Bewegungsverhalten haben. Zudem sind weitere Faktoren wie Motivation, Programmakzeptanz, Geschlecht, Alter, und Wohnort. Sympathie und Interessen beeinflussen zudem den Beziehungsaufbau im Peer-Tandem wesentlich. Die Erfahrungen im Peer Counseling im KEEP ON MOVING zeigen, dass vielfach funktionierende Beziehungskonstellationen geschaffen werden konnten. Je nach Programmjahr standen aber zu wenig Peer Coaches zur Verfügung, welche den Selektionskriterien entsprachen.

- **Strukturelle Beschränkung der Anzahl möglicher Peer Coaches**

Peer Counseling im Tandem erfordert die gleiche Anzahl Peer Coaches wie Teilnehmende (Peers). Das Programm KEEP ON MOVING hat pro Jahr 16 bis 18 Teilnehmende. Coaches werden idealerweise aus den vorangehenden Programmjahren akquiriert, da sie das Peer Counseling in der im Programm angewandten Form bereits kennen. Aufgrund der Selektionskriterien und der Motivation der Jugendlichen steht aber jeweils nur ein kleiner Teil der Abgänger/-innen als Coach zur Verfügung. Aus anderen multidisziplinären Programmen können zusätzliche Coaches angefragt werden. In den Programmen 2009 bis 2011 konnten wir auf Empfehlung der Leitung des Programms Food4Teens (Wohlen) in Einzelfällen von dieser Möglichkeit Gebrauch machen. Da die Jugendlichen aus anderen Programmen nicht aus dem Kanton Aargau stammen, konnten sie aus Distanzgründen unseren Engpass nicht beheben.

- **Teilweise ungünstige Rahmenbedingungen für den Aufbau einer tragfähigen Beziehung**

Aus Mangel an Peer Coaches, welche die Voraussetzungen erfüllten, kam es in einigen Fällen zu nicht idealen Beziehungskonstellationen sowie teilweise zur Veränderung der Selektionskriterien (siehe Tabelle 1). Das Programmjahr 2012 war beispielsweise mit nur drei Mädchen von total 17 Teilnehmenden aussergewöhnlich und gestaltete sich betreffend Zuteilung in Peer-Tandems als sehr herausfordernd. In einigen Fällen mussten daher gemischtgeschlechtliche Tandems gebil-



det werden. Das Geschlechterverhältnis und das Alter der Programmteilnehmenden ist meist erst kurz vor Programmbeginn in der Gesamtheit bekannt.

- **Zuteilung und Begleitung der Peer-Tandems mit grossem personellen Aufwand verbunden**

Die ideale Zuteilung erforderte einen erheblichen Aufwand von Seiten der Peer Counseling-Projektleitung (Auswahl der Coaches, Suche nach Coaches aus anderen Programmen, Motivationsabklärungen, Unterstützung beim Beziehungsaufbau, Nachfragen etc.).

- **Teilweise mangelnde Verlässlichkeit der Jugendlichen**

Einige Jugendliche waren trotz elektronischer Kommunikationsmöglichkeiten nur schwer erreichbar oder riefen nicht zurück bzw. antworteten weder auf SMS noch auf E-Mails. Die Betreuung der Jugendlichen in diesen Peer-Tandems erwies sich als sehr aufwändig.

Die Erfahrungen betreffend der Umsetzung von Peer Counseling im KEEP ON MOVING der vergangenen Jahre lassen im Weiteren folgende positive Erkenntnisse zu:

- **Austausch zwischen Jugendlichen ausserhalb der Peer-Tandems**

Es zeigte sich – neben dem Austausch im Peer-Tandem – weiterer Austausch zwischen Programmteilnehmenden und Peer Coaches ausserhalb der Programmlektionen, quer über die Tandems hinweg. Mehrere Jugendliche beschrieben dieses vergrösserte Beziehungsnetz als sehr bereichernd.

- **Anpassungen zeigen erhoffte Wirkungen**

Die über die Jahre getroffenen Veränderungen, welche faktisch einen Ausbau des Ansatzes bedeuteten, erbrachten die erhofften Wirkungen. Mit der verbesserten Schulung, zusätzlicher Begegnungsmöglichkeiten innerhalb der Lektionen, der intensiveren Begleitung und erhöhten Verbindlichkeit der Coaches, ging ein stärkerer Austausch sowohl innerhalb der Tandems als auch unter den Teilnehmenden einher. Die starke Nutzung elektronischer Medien verwies auf die Integration des Peer Counselings in den Alltag der Jugendlichen.

- **Nutzung elektronischer Medien im Peer Counseling essentiell**

Die Lebenswelt der heutigen Jugend ist stark an elektronischen Medien ausgerichtet. Jugendliche haben zudem wenig unverplante Zeit und sind in ihrem Mobilitätsradius eingeschränkt. Eine systematische Nutzung elektronischer Medien im Rahmen des Peer Counselings könnte teilweise Zeitmangel und physische Präsenz der Peers und Peer Coaches wettmachen. Ein Pilotversuch über die soziale Lernplattform Edmodo im März 2013 verlief vielversprechend. Die Integration in das Programm KEEP ON MOVING ist geplant. Voraussetzung ist eine vertiefte Begleitforschung, um allfällige Risiken und ungewollte Folgen frühzeitig zu erkennen (bspw. die Zunahme sitzender Tätigkeiten, welches den Zielen einer Adipositas therapie widersprechen könnte).

**Aufgrund der oben beschriebenen Erfahrungen werden folgende Veränderungen beim Peer Counseling im Programmdurchlauf 2013 des KEEP ON MOVING vorgenommen:**

- *Reduktion der Anzahl Peer Coaches (vier motivierte, erfolgreiche Programmabgänger/-innen). Ein Peer Coach ist neu für ca. 4 Programmteilnehmende zuständig.*
- *Weiterführung der obligatorischen Lektionen mit Anwesenheit und Mitgestaltung der Peer Coaches*





- *zusätzlich Aufbau einer sozialen Lernplattform (Edmodo) für den Austausch zwischen Peers und Peer Coaches, zwischen Programmteilnehmenden sowie zwischen Team-Fachfrauen und Programmteilnehmenden*
- *Inputs und Sensibilisierung der Programmteilnehmenden zu Themen rund um soziale Medien.*

Für weiterführende Erkenntnisse zur Erreichung der Projektziele und zum Nutzen von Peer Counseling im KEEP ON MOVING (summative Evaluation) verweisen wir auf den Evaluationsbericht, welcher Ende August 2013 zur Verfügung stehen wird.



Tabelle 1: **Ausgestaltung, Umsetzungsschwierigkeiten und Modifikationen im Peer Counseling nach Programmjahren**

	2009 Ausgestaltung	Schwierigkei- ten/Chancen	2010 Ausgestaltung	Schwierigkei- ten/Chancen	2011 Ausgestaltung	Schwierigkei- ten/Chancen	2012 Ausgestaltung	Schwierigkei- ten/Chancen
<b>Verant- wort- lichkeit</b>	Je eine Team- Fachfrau betreut mehrere Peer- Tandems	<b>Zu seltener Austausch in den Tandems. Passive Haltung der Coaches. Zu wenig Betreuung und Schu- lung durch Programm- leitung. Schwierigkei- ten, geeignete Coa- ches zu finden (siehe Kriterien)</b>	Aufstockung der Personalressourcen: Neu eine Projektlei- tung verantwortlich für alle Peer- Tandems	<b>Die eingeleiteten Veränderungen zeigen Wirkung. Die Verbind- lichkeit und der Aus- tausch im Tandem haben sich verbessert. Der Beziehungsaufbau im Tandem muss weiterhin aktiv unter- stützt werden.</b>	dito	<b>Die eingeleiteten Veränderungen zeigen Wirkung. Die Verbind- lichkeit im Tandem hat sich verbessert, der Austausch erhöht.</b>	dito	<b>Die Auswahl der Coaches gestaltet sich schwierig, insbeson- dere wegen dem Geschlechterverhält- nis im KOM2012 (nur 3 Mädchen von 17 Teilnehmenden). Es können nicht immer gleichgeschlechtliche Tandems gebildet werden. Es zeichnet sich ein intensiver Austausch in den Peer-Tandems (und über die Peer- Tandems heraus) über Whatsapp- und Face- book-Gruppen) ab. Der Austausch in den Peer-Tandems gestal- tet sich in gleichem Umfang wie im Jahr 2011. Der Bezie- hungsaufbau und insb. persönliche Treffen finden bei nicht gleichge- schlechtlichen Duos kaum statt.</b>
<b>Schulung und Be- gleitung der Peer Coaches</b>	Keine Schulung und keine Abgabe von Schulungsmaterial. Mündliche Infos durch Programmlei- terin.		Gezielte Schulung zu Kommunikati- onsregeln und aktivem Zuhören. Regelmässiges Kontaktieren der Peer-Tandems während des Jahres sowie Einleiten allfälliger Mass- nahmen. Abgabe von Zertifikaten.		dito. Zudem Erar- beiten <b>weiterer</b> Schulungsunterla- gen zum Thema Ziele setzen. Neu: <b>Dokumentation</b> der Austauschtreff- fen.		Neu auch <b>Doku- mentation</b> der Verläufe der Peer- Tandems (Telefona- te, Stand der Dinge, Probleme im Tan- dem...), dient der Qualitätssicherung und dem Informati- onsaustausch im Team	
<b>Bezie- hungs- aufbau im Tandem</b>	Schriftliche Vereinba- rung, in welcher Kommunikationsmit- tel/-häufigkeit im Tandem bestimmt wird		Neben schriftlicher Vereinbarung zu- sätzlich <b>ein</b> obliga- torischer Einfüh- rungsabend für Peer-Tandems. Fakultative Anwe- senheit der Coaches bei Start und Ende des Programms		Neu <b>drei obligato- rische</b> Treffen zum Kennen lernen im Tandem, Erarbei- ten der Vereinba- rung und gemein- samer Sport. Drei weitere fakultative Treffen (Start, gemeinsames Kochen, Abschluss)		dito. Die zusätzliche Möglichkeit der freiwilligen Teil- nahme der Coaches in den Bewegungs- lektionen wird genutzt.	
<b>Monetäre Vergütung</b>	CHF 150.- für Coaches plus CHF 50.- Spesen (Telefon, SMS...) für Peer und Coaches		dito		dito		dito	



<p><b>Auswahl der Peer-Coaches</b></p>	<p>Prioritäre Auswahlkriterien: Gleiches Alter, Geschlecht, naher Wohnort. Zudem muss der Coach seinen BMI stabilisiert oder gesenkt haben und Sozialkompetenzen aufweisen.</p>		<p>Teilweise Veränderung der Kriterien: Coach muss mindestens einen der Erfolgsparameter erfüllen (BMI, Fitness). Soziodemografische Kriterien gelten weiterhin.</p>		<p>dito. Motivationsabklärung bei Coaches mittels Fragebogen und persönlichem Gespräch.</p>		<p>dito</p>	
--	---	--	--	--	---	--	-------------	--



## 6. Detaillierte Beschreibung des Aufnahmeprozesses, der Begleitung der Peer Tandems und der Treffen

### Aufnahmeprozess Peer Coaches, jeweils von Dezember/Januar bis Programmstart im März

Zeit- raum	Vorgehen	Zielgruppen	Voraussetzungen	Hilfsmit- tel/Dokumente/Material
Januar bis März	<ul style="list-style-type: none"> <li>Anfragen per Telefon oder Mail bei anderen Gruppenprogrammen, ob geeignete TN, die das Programm absolviert haben, empfohlen werden können</li> <li>Abgabe von Flyern an andere Programmanbieter</li> <li>Motivationsgespräche der Leiterin Peer Coaching mit Interessierten im Anschluss an eine Bewegungslektion sowie telefonisch.</li> </ul>	TN aus anderen Gruppenprogrammen	<ul style="list-style-type: none"> <li>Absolvierung eines Gruppenprogrammes</li> <li>Gewicht bereits stabilisiert oder reduziert</li> <li>Weit gehende Identifikation mit dem Programm KEEP ON MOVING</li> <li>gute Motivation</li> <li>Peer Coach akzeptiert Voraussetzungen/Vereinbarungen</li> <li>Einverständnis der Eltern</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Flyer "Peer Coaching KEEP ON MOVING" mit Daten</li> <li>"2012 Info Eltern Peer Coaches externe"</li> <li>„2012 Peer_Vereinbarung</li> </ul>
Januar bis März	<ul style="list-style-type: none"> <li>Anfragen persönlich, per Mail oder Telefon</li> <li>Motivationsgespräche</li> </ul>	Peer Coaches, welche bereits zum ersten oder zweiten Mal einen Peer betreuen	<ul style="list-style-type: none"> <li>Hat sich als Peer Coach bewährt</li> <li>Gewicht weiter stabilisiert</li> <li>Weit gehende Identifikation mit dem Programm KEEP ON MOVING</li> <li>Gute Motivation</li> <li>Peer Coach akzeptiert Voraussetzungen/Vereinbarungen</li> <li>Einverständnis der Eltern</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Flyer "Peer Coaching KEEP ON MOVING" mit Daten</li> <li>"2012 Info Eltern Peer Coaches interne"</li> <li>„2012 Peer_Vereinbarung</li> </ul>



Zeit- raum	Vorgehen	Zielgruppen	Voraussetzungen	Hilfsmittel/ Dokumente/Material
Januar bis März	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Anfragen persönlich, per Mail oder Telefon</li> <li>• Motivationsgespräche persönlich (nach einer Bewegungslektion oder gem. separater Vereinbarung)               <ul style="list-style-type: none"> <li>- Beweggründe</li> <li>- Eigener Nutzen</li> <li>- Erwartungen</li> <li>- Bereitschaft/Engagement</li> <li>- Einstellung zum Programm</li> <li>- Verbindlichkeit</li> </ul> </li> </ul>	Absolvierende des laufenden KOM-Programms (Intensivphase und Nachbetreuungphase)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Teilnehmende, die ihren BMI bis Januar stabilisiert oder reduziert haben.</li> <li>• Weit gehende Identifikation mit dem Programm KEEP ON MOVING</li> <li>• gute Motivation</li> <li>• Interessent/Interessentin akzeptiert Voraussetzungen/Vereinbarungen</li> <li>• Einverständnis der Eltern</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gewichtsverlaufs-Blätter</li> <li>• Flyer "Peer Coaching KEEP ON MOVING" mit Daten</li> <li>• "2012 Info Eltern Peer Coaches interne"</li> <li>• „2012 Peer_Vereinbarung“</li> </ul>
März	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vereinbarungen/Verpflichtungen</li> </ul>	Ausgewählte Peer Coaches	<ul style="list-style-type: none"> <li>• erfüllt Voraussetzungen und akzeptiert Bedingungen</li> <li>• Eltern einverstanden</li> <li>• Unterzeichnung Peer Coach und Eltern</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Verpflichtung für Peer Coaches</li> </ul>



## Programmstart und Intensivphase 19. März 2012 bis 4. März 2013

- Die nachfolgenden Peer Counseling-Inhalte (PC\_1 – PC\_8) werden grundsätzlich im Rahmen von Gesamtanlässen (z.B. Programmstart-Event) oder innerhalb der Sport-, Ernährungs- und Psychologiektionen vermittelt (Ausnahme PC\_2).
- Kontakt 1 - Kontakt 5 stellen individuellen Kontaktaufnahmen und Interventionen der Leitung Peer Counseling mit den Peer Tandems dar.
- Um zusätzliche Begegnungsmöglichkeiten anzubieten, können die Peer Coaches an den wöchentlichen Bewegungslektionen (jeweils donnerstags, 17.45 bis 19.00 Uhr, nach telefonischer Voranmeldung bei den Bewegungsfachfrauen) teilnehmen und ihre Peers dort treffen.
- Das Peer Counseling endet mit dem Abschluss der Intensivphase, ein Jahr nach Programmstart. In der einjährigen Nachbetreuungsphase ist der Kontakt freiwillig.

PC	Datum	Ziele	Inhaltsspezifizierung, Methoden	Hilfsmittel/Dokumente/Material
PC_1	<b>19.03.2012</b> <b>Programm-Start:</b> Für Peer Coaches freiwillig	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vorstellung Projekt-Team und Tandems, sofern anwesend</li> <li>• Abgabe Adressen und Erreichbarkeiten</li> <li>• Gegenseitiges Kennen Lernen</li> <li>• Für externe Peer Coaches Kennen lernen des KEEP ON MOVING-Programms</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vorstellen/Zusammen führen der Peer-Tandems, wenn sowohl TN wie auch Peer Coach da sind durch Leiterin Peer Coaching</li> <li>• Fotos machen Peer-Tandems</li> <li>• Ein Peer-Tandem aus dem Programm-Vorjahr erzählt über die Erfahrungen/Austausch/Interview --- &gt;wenn aus organisatorischen Gründen nicht möglich, erfolgt der Erfahrungsaustausch anlässlich des Eltern-/Kinder-Abends vom 2.4.2012</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Einladung mit Programm an Peer Coaches</li> <li>• Namens-Etiketten</li> <li>• Abgabe Adressmaterial</li> <li>• Abgabe Einladung für Einführung Peer-Tandem Abend am Donnerstag, 5. April 2012</li> <li>• Abgabe Blatt „Gesprächsregeln“</li> <li>• Abgabe Blatt „Merkblatt“</li> <li>• Unterlagen zum individuellen Ausfüllen bis zum ersten Peer-Treffen am 5.4.2012: - „2012 Peer_Vereinbarung“</li> </ul>
PC_2	<b>02.04.2012</b> <b>Peer Coun-</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vorstellen Peer Coaching durch Leiterin Peer Coaching:</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Persönliches Kennen Lernen</li> <li>• Ziele und Chancen erklären</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Power-Point Präsentation</li> <li>• Handout</li> </ul>



PC	Datum	Ziele	Inhaltsspezifizierung, Methoden	Hilfsmittel/Dokumente/Material
	<p><b>seling Anlass:</b></p> <p>Kinder und Eltern und 1 Peer Coach</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ziele</li> <li>- Inhalt</li> <li>- Chancen</li> <li>- Ablauf erklären</li> <li>- Fragen klären</li> <li>• Ein Peer-Tandem aus dem Programm-Vorjahr erzählt über die Erfahrungen/Austausch/Interview (Anmerkung: sofern nicht am Start-Abend bereits erfolgt)</li> <li>• Abgabe der Entschädigung von CHF 50.—an Eltern für Auslagen im Peer Coaching (gegen Unterschrift) wie z.B. Telefon-, SMS- und Fahrkosten</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Was können Eltern zum Gelingen des Peer Coachings beitragen?</li> <li>• Plenumsdiskussion/Fragen nach Input und Interview</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 Peer-Tandem aus dem letzten Programmjahr einladen</li> <li>• 50 Franken pro Peer: Entschädigung Auslagen Peer Coaching</li> <li>• Barbeleg/Quittung, ausgestellt auf Eltern</li> </ul>
PC_3	<p><b>05.04.2012</b></p> <p><b>Bewegung Kinder:</b></p> <p>Einführung Peer-Tandems: Peer Coaches und Peers</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kennenlernen Peer Coaches und Peers beim gemeinsamen Bewegen/Spielen</li> <li>• Erstellen der gemeinsamen Vereinbarungen mit vorgegebenen und individuellen Zielen</li> <li>• Unterzeichnung PC und Peer der Vereinbarung</li> <li>• Wissen, wie ein gutes Ziel formuliert wird</li> <li>• Kenntnisse erwerben über Ablauf des Peer Counselings</li> <li>• Kennen der Gesprächsregeln</li> <li>• Peer Coaches: Know-how über</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Spiele und Bewegungseinheiten: Organisation und Leitung durch die Bewegungsfachfrauen gemäss separatem Programm</li> <li>• Input Peer und Peer Coaches durch Leiterin Peer Coaching zu Zielen, Gesprächsregeln und zur Erstellung der Vereinbarung</li> <li>• Betreuen der Tandems während der Erarbeitung/Erstellung der gemeinsamen Vereinbarung</li> <li>• Input mit Peer Coaches in der letzten halben Stunde zu den Themen: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Aktives Zuhören</li> <li>- Offene Fragen</li> <li>- Umgang mit schwierigen Gesprächssituationen</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• „2012 Peer_Vereinbarung“</li> <li>• Abgabe aktualisierte Adress- und Erreichbarkeitsliste</li> <li>• Blatt „Was ist ein gutes Zie?!“</li> <li>• „Merkblatt Peer Coaching“</li> <li>• „Gesprächsregeln Peer Coaches“</li> <li>• Blatt „Mit Fragen kann man Hilfe anbieten“ und</li> <li>• „Aufmerksam zuhören und Ich-Botschaften senden“</li> <li>• 50 Franken pro Peer Coach: Entschädigung Auslagen</li> <li>• Barbeleg/Quittung, ausgestellt auf Peer Coach</li> </ul>



PC	Datum	Ziele	Inhaltsspezifizierung, Methoden	Hilfsmittel/Dokumente/Material
		<p>Offene Fragen und Aktives Zuhören</p> <p>Abgabe der Entschädigung von Fr. 50.—an Peer Coaches (gegen Unterschrift) für Telefon-, SMS- und Fahrkosten</p>		
Kontakt1	ca. anfangs Mai oder bei Bedarf	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kontaktieren aller Peer Coaches per Telefon und/oder Mail durch Leiterin Peer Coaching</li> <li>• Interventionen, wenn Peer Coaching noch nicht gut läuft</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Beratungsgespräche</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Telefonate/Mails</li> </ul>
PC_4	<b>14. 06.2012</b> <b>Bewegung</b> <b>Kinder:</b> Peer Coaches und Peers	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Stafetten und Postenläufe mit dem Ziel, den-Beziehungsaufbau zu festigen und die Beziehung der Peer-Tandems zu vertiefen sodass sich die Tandems regelmässig/bei Bedarf kontaktieren und ev. persönliche Treffen vereinbaren</li> <li>• Erkennen schwieriger Peer-Tandem-Konstellationen</li> <li>• Vertiefung der Lerninhalte aus der Lektion vom 05.04.2012</li> <li>• Plattform bieten für Fragen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Spiele und Bewegungseinheiten: Organisation und Leitung durch die Bewegungsfachfrauen gemäss separatem Programm</li> <li>• Kurzinputs und Kurzgespräche durch Leiterin Peer Coaching</li> <li>• Vereinbarung von Einzelgesprächen, wenn der Austausch nicht gut oder (noch) nicht funktioniert.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Verweis auf Unterlagen vom 5.4.2012, bei Bedarf Abgabe von Kopien</li> </ul>
PC_5	<b>27. 08.2012</b> <b>Ernährung</b> <b>Kinder:</b> <b>Gemeinsames Kochen und</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zubereiten einer Mahlzeit. Peer Coaches und Peers sind in der gleichen Gruppe</li> <li>• Erkennen der Austauschqualität</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Organisation der Ernährungs-/Kochlektion durch die beiden Ernährungsberaterinnen</li> <li>• Assistenz eines 4. Teammitgliedes</li> <li>• Gespräche mit den Peer-Tandems während der Zubereitung und zwischen den einzelnen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Einkäufe der Lebensmittel durch Ernährungsberaterinnen</li> <li>• Abgabe des ausgedruckten Menüblattes</li> <li>• Rezepte</li> <li>• Waage und Messband zum Wiegen und</li> </ul>





PC	Datum	Ziele	Inhaltsspezifizierung, Methoden	Hilfsmittel/Dokumente/Material
	<b>Essen:</b> Peer Coaches und Peers	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Festigung der Beziehung der Peer-Dous</li> <li>• Vertiefung der Lerninhalte aus den beiden vorangegangenen Unterrichtseinheiten</li> </ul>	<p>Gängen durch Leiterin Peer Coaching</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vereinbarung von Einzelgesprächen, wenn der Austausch nicht gut oder gar nicht funktioniert</li> </ul>	<p>Messen der Peers und Peer Coaches</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bei Bedarf Abgabe von Kopien der Peer Coaching-Blätter</li> </ul>
Kon-takt2	Ende August bis 27. Sep- tember	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bei Bedarf: Kontaktieren Peer Coaches und Peers per Telefon und/oder Mail durch Leiterin Peer Coaching</li> <li>• Interventionen bei Bedarf</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Beratungsgespräche</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Telefonate/Mails</li> </ul>
PC_6	<b>27.09.2012</b> <b>Bewegung</b> <b>Kinder:</b> Besuch Rolling-Rock:  Für Peer Coa- ches freiwillig	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Durch gemeinsames Bewegen im Zweierteam oder über die Tandems hinweg soll die Beziehung weiter gestärkt und vertieft werden</li> <li>• Erkennen von schwierigen Konstellationen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Klettern an der Wand mit Instruktor des Rolling Rocks</li> <li>• Leitung der Bewegungslektion durch die beiden Bewegungsfachfrauen und den Kletter-Instruktor</li> <li>• Dazwischen: Möglichkeit bieten für individuelle Fragen an Leiterin Peer Coaching</li> <li>• Aufnahmen von schwierigen Konstellationen und</li> <li>• Vereinbarung von Einzelgesprächen bei Bedarf</li> </ul>	<p>Wird von Bewegungsfachfrauen organisiert:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Eintritt Rolling Rock (Abrechnung über Spesen/Honorarabrechnung)durch Bewegungsfachfrauen)</li> <li>• Helme (vorhanden)</li> <li>• Skateboards (vorhanden)</li> <li>• Rollerblades (vorhanden)</li> <li>• Material zum Klettern (vorhanden)</li> </ul> <p>Eigene Rollerblades oder Skateboards und Helme können mitgebracht werden.</p>
Kon-takt3	Ende Sept. 2011 bis März 2012	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bei Bedarf: Kontaktieren Peer Coaches und Peers per Telefon und/oder Mail durch Leiterin Peer Coaching</li> <li>• Ca. Ende November Kontakt aller Peer Coaches und Peers</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Beratungsgespräche</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Telefonate/Mails</li> </ul>



PC	Datum	Ziele	Inhaltsspezifizierung, Methoden	Hilfsmittel/Dokumente/Material
		<ul style="list-style-type: none"> <li>per Mail/Telefon</li> <li>Interventionen bei Bedarf</li> </ul>		
PC_7	<b>25.10.12 oder 8.11.12</b> <b>Bewegung Kinder:</b> Für Peer Coaches freiwillig	<ul style="list-style-type: none"> <li>Teilnahme an einer Bewegungslektion am 25. Oktober oder 8. November, um eine weitere Begegnungsmöglichkeit zwischen den Peer-Tandems zu schaffen.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Gemeinsame Bewegungslektion</li> </ul>	
Kontakt4	<b>November 2012</b> <b>Zwischen-Evaluation</b> Peer Coaches und Peers	<ul style="list-style-type: none"> <li>Erkenntnisse gewinnen über die Qualität und Quantität des Peer Counselings</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Fragebögen der Peers werden zum Zeitpunkt T 1 (zusammen mit den anderen FB) erhoben, d.h. am 26.11.2011 (Anlass Eltern und Kinder KOM 2012)</li> <li>Fragebögen Peer Coaches werden per Post versandt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Fragebögen „Zwischenbilanz Peer Coaching aus der Sicht des Peers 037“</li> <li>Fragebögen „Zwischenbilanz Peer Coaching aus der Sicht des Coaches 038“</li> </ul>
PC_8	<b>04.03.2013</b> <b>Programm-Abschluss-Event</b>  <b>Intensivphase:</b> Für Peer Coaches freiwillig	<ul style="list-style-type: none"> <li>Verabschiedung</li> <li>Aushändigen der Zertifikate</li> <li>Dank</li> </ul> <p>Peers: Ausfüllen der Fragebögen „Schlussbilanz“ Peer Coaching</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Individuelle Verabschiedung und Dank durch die Leiterin Peer Coaching und Programmleitung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Zertifikate</li> <li>Auszahlung der Entschädigung von CHF 150.-- erfolgt über PC- oder Bankkonto (vor Event erfragt, Valuta ca. 25. März mit Lohnlauf FHNW).</li> <li>Zertifikate per Post an alle Peer Coaches, die nicht am Abschluss-Event teilnehmen</li> <li>Peers: Fragebögen „Schlussbilanz Peer Coaching aus Sicht des Peers 039“</li> </ul>
Kontakt5	<b>Schluss-Evaluation</b> Mitte März 2013	<p>Peer Coaches Schluss-Evaluation:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Erkenntnisse gewinnen über die Qualität und Quantität des Peer Counselings</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Fragebögen per Post senden, zusammen mit Zertifikaten</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Fragebögen „Schlussbilanz Peer Coaching aus Sicht des Coaches 040“</li> </ul>

## Literatur

- Backes, Herbert (2003). *Peer Education*. In: BZgA (Hg.). *Leitbegriffe der Gesundheitsförderung*. Schwabenheim: Sabo Verlag, S. 176-178.
- Backes, Herbert und Schönbach, Karin (2002). *Peer Education – ein Handbuch für die Praxis*. Köln: BZgA.
- Bandura, Albert (1976). *Lernen am Modell : Ansätze zu einer sozial-kognitiven Lerntheorie*. Stuttgart: Klett
- Black, D./Tobler, N./Sciacca, J. (1998). Peer helping/involvement: An efficacious way to meet the challenge of reducing alcohol, tobacco, and other drug use among youth? In: *Journal of School Health*. 68. Jg. S. 87-94.
- Deringer, Sabine (2007). *Multidisziplinäres Interventionsprogramm für adipöse Kinder und Jugendliche unter Einbezug der Eltern und Peers*
- Dobler-Mikola, A., Massenbach, K., & Müller, V. (1998). Euro Peers - Wege zur Lebenskompetenz. Bericht einer praxisnahen Evaluation. In L. Westfalen-Lippe (Ed.), *Euro Peers: Ein internationales Praxisprojekt zur peer-group-education* (pp. 1-65). Westfalen-Lippe: Landesverband.
- Fend, H. (1998). *Eltern und Freunde. Soziale Entwicklung im Jugendalter (Entwicklungspsychologie der Adoleszenz in der Moderne (Band 5))*. Bern: Huber.
- Kästner, Mandy (2003). Peer-Education – ein sozialpädagogischer Arbeitsansatz. In: Nörber, Martin (Hg.). *Peer Education. Bildung und Erziehung von Gleichaltrigen durch Gleichaltrige*. Weinheim, Basel, Berlin: Beltz. S. 50-64.
- Klaus/Klocke, Andreas/Melzer, Wolfgang/Ravens-Sieberer, Ulrike (Hrsg.). *Gesundheit, Ungleichheit und jugendliche Lebenswelten*. Weinheim, München: Juventa. S. 215-230.
- Kästner, Mandy (2003). Peer Education - ein sozialpädagogischer Arbeitsansatz. In: Nörber, Martin (Hg.). *Peer Education. Bildung und Erziehung von Gleichaltrigen durch Gleichaltrige*. Weinheim, Basel, Berlin: Beltz. S. 79-93.
- Nörber, Martin (2003). Peer-Education – Ein Bildungs- und Erziehungsangebot? Zur Praxis von Peer-Education in Jugendarbeit und Schule. In: Nörber, Martin (Hg.). *Peer Education. Bildung und Erziehung von Gleichaltrigen durch Gleichaltrige*. Weinheim, Basel, Berlin: Beltz. S. 79-93.
- Nörber, Martin. (2003). *Peer Education. Bildung und Erziehung von Gleichaltrigen durch Gleichaltrige*. Weinheim: Beltz.
- Rolling, S./Rubin, R./Marcil, R./Ferullo, U./Buncher, R. (1995). Project KICK: A school-based drug education health promotion research project. In: *Counselling Psychology Quarterly*. 8. Jg. S. 345-359.
- Settertobulte, Wolfgang (2008). Der Einfluss der Gleichaltrigen auf das Risikoverhalten im Kontext gesundheitliche Ungleichheit. S. 215-230.